

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 71 КИРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

УТВЕРЖДЕНО

Руководителем ОУ

Л.В. Устюговой

**ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
РАННЕГО ВОЗРАСТА ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ**

День	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник	Хим.состав
День 1	1.Бутерброд с маслом 25 2.Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным 130 3.Какао с молоком 180	1.Йогурт 125	1.Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью петрушки 150/5/10 2.Пюре картофельное с морковью 110 3.Сок персиковый 150 4.Помидор свежий 30 5.Батон обогащенный 20 6.Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 7.Рыба, запеченная в омлете 50	1.Мандарин свежий 100 2.Пирожок печеный с капустой и яйцом 50 3.Макаронные изделия отварные с маслом 100 4.Чай с сахаром 150 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 6.Фрикадельки из птицы 50	Б:46,668(23,5%) Ж:38,146(-9,8%) У:189,497(3,7%) К:1295,324(2,8%)
День 2	1.Бутерброд с сыром 25 2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным 130 3.Чай с молоком 170	1.Йогурт 125	1.Салат из свеклы 40 2.Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки 150/5/1 3.Печень по-строгановски 50/30 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 5.Компот из изюма 150 6.Каша гречневая рассыпчатая 90	1.Напиток из плодов шиповника 150 2.Пюре картофельное 100 3.Груша свежая 50 4.Булочка «творожная» 50 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 6.Шницель рыбный натуральный 50	Б:49,438(30,8%) Ж:41,891(-1%) У:177,137(-3%) К:1299,288(3,1%)
День 3	1.Омлет натуральный 100 2.Кофейный напиток с молоком 180 3.Салат из горошка зеленого консервированного 25 4.Бутерброд с маслом 30	1.Йогурт 125	1.Плов из птицы 120 2.Сок абрикосовый 150 3.Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной 150/10/5 4.Огурец свежий 30 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20	1.Голубцы ленивые 140 2.Яблоко свежее 70 3.Компот из свежих груш 150 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20	Б:46,482(23%) Ж:55,223(30,6%) У:139,565(23,6%) К:1253,267(0,5%)
День 4	1.Какао с молоком 180 2. Бутерброд с маслом 30 3.Каша манная	1.Йогурт 125	1.Сок яблочный 150 2.Батон обогащенный 15 3.Салат картофельный 30 4.Пудинг рыбный запеченный 65	1.Молоко кипяченое 150 2.Печенье в ассортименте 20 3.Яблоко 60	Б:52,29(38,3%) Ж:45,818(8,3%) У:155,897(14,7%) К:1272,55(1%)

	жидкая со сливочным маслом 130		5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 6. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки 150/10/5 7. Рагу овощное (1-й вариант) 100	4. Запеканка из творога с джемом 100/20	
День 5	1. Бутерброд с сыром 25 2. Каша из пшена и риса «дружба» 130 3. Кофейный напиток с молоком 180	1. Йогурт 125	1. Огурец свежий 30 2. Напиток из клюквы протертой с сахаром 150 3. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной 150/10/10 4. Запеканка картофельная с мясом 130 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20	1. Макароны изделия отварные с маслом 100 2. Сок персиковый 150 3. Яйцо вареное 40 4. Помидор свежий 30 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 6. Пирожки печеные с картошкой 40 7. Груша 70	Б:42,953(11%) Ж:36,254(-14,3%) У:184,637(1,1%) К:1242,835(1,4%)
День 6	1. Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным 130 2. Яйцо вареное 20 3. Бутерброд с маслом 30 4. Кофейный напиток с молоком 150	1. Йогурт 125	1. Кисель из кураги 150 2. Котлета мясная (говядина) 70 3. Огурец свежий 30 4. Суп картофельный с горохом и гречками 150/10 5. Овощи в молочном соусе 100 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20	1. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 2. Напиток лимонный 130 3. Печенье в ассортименте 20 4. Апельсин свежий 70 5. Огурец соленый 30 6. Картофельное пюре с морковью 100	Б:42,31(11,9%) Ж:36,876(-12,8%) У:182,742(0%) К:1266,124(0,5%)
День 7	1. Салат из горошка зеленого консервированного 25 2. Омлет натуральный 100 3. Батон обогащенный 20 4. Чай с молоком 180	1. Йогурт 125	1. Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной и зеленью петрушки 150/15/5 2. Помидор свежий 30 3. Котлета рубленая из говядины 80 4. Пюре из свеклы 120 5. Сок персиковый 150 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 7. Батон обогащенный 20	1. Банан свежий 80 2. Пирожок печеный с капустой и яйцом 50 3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 4. Винегрет овощной с сельдью 70 5. Компот из чернослива 150	Б:47,96(54,9%) Ж:52,523(24,2%) У:163,518(-10,5%) К:1323,034(5%)
День 8	1. Бутерброд с сыром 30 2. Каша манная жидкая со сливочным маслом 130 3. Какао с молоком 180	1. Йогурт 125	1. Огурец соленый 30 2. Суп картофельный с мясными фрикадельками 150/15 3. Пюре картофельное 100 4. Пудинг из печени с морковью 90 5. Кисель из яблок 150 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20	1. Запеканка из творога 100 2. Молоко кипяченое 150 3. Соус сметанный 20 4. Апельсин свежий 70	Б:58,556(54,9%) Ж:42,343(0,1%) У:145,578(20,3%) К:1211,725(3,8%)

День 9	1.Бутерброд с маслом 25 2. Чай с молоком 180 3.Каша овсяная «геркулес» жидкая с маслом сливочным 130	1.Йогурт 125	1.Борщ с капустой картофелем ,говядиной и сметаной 150/10/5 2. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 3.Рыба тушеная с овощами 100 4.Сок яблочный 150 5.Огурец соленый 30 6.Картофель отварной 80	1.Компот из свежих груш 150 2. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20 3.Булочка «творожная» 50 4.Мандарины свежие 80 5.Голубцы ленивые 120	Б:53,473(41.5%) Ж:45,274(7%) У:187,909(2,9%) К:1380,443(9,6%)
День 10	1.Бутерброд с маслом 30 2.Каша рисовая жидкая с маслом сливочным 130 3. Какао с молоком 180	1.Йогурт 125	1.Фрикадельки из птицы 2 вариант 50 2. Салат из свеклы 30 3.Рассольник с говядиной и сметаной 150/10/5 4.Овощи припущенные в сметанном соусе 100 5. Напиток из клюквы протертой с сахаром 2 вариант 150 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20	1. Яблоко свежее 70 2.Компот из чернослива 100 3.Жаркое подомашнему 100 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 20	Б:69,801(84,7%) Ж:64,673(52.9%) У:187.767(2.8%) К:1617,662(28.4%)